

離乳（卒乳・断乳）時期の育児不安状況

中尾 優子¹⁾・宮原 春美²⁾

要 旨 離乳時期の母親への援助課題を検討するために質問紙調査と育児不安尺度を用い調査を行った。その結果、児が生後11か月時では経産婦は初産婦より不安が強く、育児満足も低く、夫のサポートを得られていないと感じていた。児が生後14か月を超えると、初産婦・経産婦ともに育児不安得点も減少するが、相談相手と育児不安の関係は負の相関を示したままであった。

母乳育児期間を通じて母親への援助介入は必要と思われるが、特に生後12か月前は母親も不安な時期にあることが推測され、経産婦への働きかけにも力をいれる必要があることがわかった。

長崎大医療技短大紀 14(1): 65-68, 2001

Key Words : 離乳 卒乳 断乳 育児不安

はじめに

1980年代から育児不安研究が行われ、母親の育児を支援する動きが高まり¹⁾、母親の不安を理解し、育児支援活動に役立てるため育児不安尺度の作成が行われてきた²⁾³⁾。

離乳の時期は母親と子どもの分離時期でもあり、母子ともにストレスフルな時期である⁴⁾。この時期の母親の育児に対する不安を理解するために質問紙と育児不安尺度を用い調査を行ない、この時期を母子双方が無理なく乗り越えるために、どのような関わりが必要かを検討した。

研究方法

調査方法は育児不安尺度および質問紙の郵送による縦断的調査方法とし、横断的視点と縦断的視点から検討を加えた。

研究対象はN市の保健センターの4か月健康診査で完全母乳栄養であった母親300名のうち、離乳調査に同意が得られ母乳栄養を行っている78名とした（調査1）。2回目の対象はこの78名のうちで引き続き母乳栄養が行われている母親51名とした（調査2）。育児不安尺度の分析の対象になったのは有効回答が得られた母親71名（調査1）と40名（調査2）である。

育児不安測定は吉田らが考案した育児不安尺度を使用し（資料1）、育児満足感、自己効力感、育児不安、夫のサポート、子どもの育てやすさ、相談相手の有無の合計41項目に対して行い、「全くそう思わない」「いくらかそう思う」「時々そう思う」「よくそう思う」の4段階評価とした³⁾。質問紙の内容は、離乳に対する考え、離乳に対する母親の不安や悩みとした。

検定には、 χ^2 検定・F検定・t検定およびピアソン

の相関係数を用いた。

調査期間は、1999年6月から11月である。

結 果

1. 対象の属性

調査1の対象は19歳から37歳までの女性で、平均年齢は 29.38 ± 3.70 歳であった。そのうち初産婦は37名、経産婦34名で（2経産婦22名、3経産婦11名、4経産婦1名）であった。対象児は、1998年8月、9月生まれの男児41名、女子30名で、児の平均月数は、 11.31 ± 0.83 か月であった。

調査2の対象は、19歳から36歳までの女性で、平均年齢は 29.12 ± 3.72 歳で初産婦25名、経産婦15名（2経産婦8名、3経産婦6名、4経産婦1名）であった。児の平均月数は 14.08 ± 0.66 か月で男児25名、女子15名であった。

2. 育児不安尺度の点数評価基準

調査1による育児不安得点の全体の平均値は 35.04 ± 8.98 点で、初産婦 32.1 ± 7.8 点、経産婦 38.21 ± 9.14 点であった。初産婦と経産婦の育児不安得点は正規分布を示し分散はF検定（P値0.38）において等しいため初産婦、経産婦の平均の差の検定は、スチューデントt検定を行った。検定の結果、初産婦と経産婦で有意差（P値0.003）が出たため、それぞれに育児不安段階を示した（表1）。また調査2は初産婦 32.5 ± 9.55 点、経産婦 31.4 ± 6.03 点で初産婦、経産婦の平均の差の検定において有意差はなく、全体の得点は 32.1 ± 8.30 点であった。育児不安得点段階を表2に示した。

1) 大分医科大学医学部看護学科

2) 長崎大学医療技術短期大学部看護学科

表1. 育児不安5段階

	第1段階 不安軽い	第2段階 不安やや軽い	第3段階 不安普通	第4段階 不安やや高い	第5段階 不安高い
標準偏差	-1SD 未満	-1SD~	-1/2SD ~+1/2SD	~+1SD	+1SDを越える
得点域 (N=37)	24点以下 8名	25~28点 5名	29~32~36点 16名	37~40点 3名	41点以上 5名
(N=34) 経産	28点以下 3名	29~32点 6名	33~38~42点 16名	43~47点 4名	48点以上 5名

表2. 調査2 育児不安5段階

	第1段階 不安軽い	第2段階 不安やや軽い	第3段階 不安普通	第4段階 不安やや高い	第5段階 不安高い
標準偏差	-1SD 未満	-1SD~	-1/2SD ~+1/2SD	~+1SD	+1SDを越える
得点域 (点) (N=40)	22点以下 3名	23~27点 10名	28~32~36点 16名	37~40点 8名	41点以上 3名

3. 育児不安尺度の結果

育児不安尺度の中の育児不安項目を育児不安の5段階に照らし合せた結果、調査1と調査2の間に離乳を済ませた15例の中で、やや不安の高い母親が3例であった。不安がかなり強い61点の最高の得点を示した母親は、離乳前の不安得点も47点と高く、児を離島に居住する夫の両親に1週間完全に預けてしまう「児から離れる(separate)断乳」の方法を取っていた。また、不安得点の推移では、離乳前より離乳後に育児不安が普通からやや強いあるいは強くなった母親が断乳(母側の意思が強く働いた乳離れ)で3名、境界型(乳離れにおいて母親の意思が強かったか児の意思が強かったか明らかでないもの)で1名であった。育児不安普通からやや不安が強くなった例では、断乳後に児が寝つく時に必ず母親の腕を吸いにくることを母親が悩みとして訴えていた。

各因子間の相関の結果は、調査1において育児不安、育児満足、夫のサポートの各項目は、初産婦と経産婦で有意差が見られたためピアソンの相関係数で初産婦、経産婦別に分析を行った。その結果、子どもの育てやすさと相談相手の有無は、初・経産婦においては有意差はなかったが、相関する項目がみられた。経産婦では夫のサポートと育児不安の負の相関が特徴的であり、夫のサポートと相談相手の有無、子どもの育てやすさと育児満足が正の相関を示した(表3、表4)。

表3. 調査1の因子間相関(初産)

	育児満足	子供の育てやすさ	相談相手の有無
育児不安	***-0.58	** -0.47	** -0.45

*** p<0.001 ** p<0.01

表4. 調査1の因子間相関(経産)

	育児満足	夫のサポート	子どもの育てやすさ	相談相手の有無
育児不安	***-0.55	***-0.54	** -0.50	***-0.67
夫のサポート				**0.44
子どもの育てやすさ		**0.51		

*** p<0.001 ** p<0.01

調査2の時期は調査1に比較し、育児不安得点は経産婦が顕著に下がり育児不安と夫のサポートの相関は見ら

れなかったが、育児不安と相談相手の有無は、依然として相関が見られた(調査5)。

表5. 調査2の因子間相関

	育児満足	子どもの育てやすさ	相談相手の有無
育児不安	*-0.38		***-0.53
子どもの育てやすさ	*0.33		
相談相手の有無	**0.42	**0.46	

*** p<0.001 ** p<0.01 * p<0.05

4. 離乳時期の母親の考え

離乳時期についての母親の考えは表6の結果となった。離乳が終わっていない母親の回答総数は調査1が51名、調査2は24名であった。調査1と調査2ともに「そろそろ離そうと思っている」が40%を越えていた。「児が吸わなくなるまで待つ」は全体の30%近くを占めていた。

表6. 離乳時期についての母親の考え

	調査1	調査2
吸わなくなるまで待つ	29.4	29.1
そろそろ離そうと思っている	43.1	41.7
時期をみて離す	21.6	20.8
考えていない	5.9	8.4

5. 離乳に関する母親の不安や悩み

質問紙の最後に自由記載の悩み・不安の欄をもうけたが、調査1では35%の記載が見られた。主な内容をまとめると乳房ケアの問題、離乳の時期の問題、離乳と母乳の関係、就寝時の問題などがあげられた。

考 察

平均11.31か月時(調査1)の母親の不安状況は、初・経産婦ともに児を育てにくいと感じている母親や相談相手が必要と感じている母親が不安を多くかかえていた。核家族化している社会で、母親だけの子育てが、孤独な子育て「孤育て」に陥っている状況が見える。またこのような中、離乳を行う時期について、調査1では全員が18か月までを目標に「そろそろ離そうと思っている」「時期をみて離す」と答えている母親が60%を越えていた。この時期母親は「まだ母乳を飲ませているが、このまま飲み続けるのではないか?」「やめたいけれどお乳なしでは寝てくれない」などと訴え、母乳育児を楽しむと言うよりは、「いつまでお乳を飲むのだろうか」と先の見えない不安と拘束感に悩まされる不安定な時期にいると推測された。この時期に専門家の介入は必要であると考えられる。

また、育児不安・育児満足・夫のサポートの項目では、初産婦と経産婦で有意な差がみられた。調査2の時期は経産婦が初産婦より不安が強く、育児満足が低く、夫のサポートを得られていないと感じていた。相関においても経産婦は、育児満足と育児不安、夫のサポートと育児不安において負の相関が見られた。経産婦にとって出産後1年を迎えようとしているこの時期は、上の子の育児にも追われ夫のサポートを強く求めている時期と考える。「上の子と下の子の生活リズムが合わず、苦勞した。」と言う声が多く聞かれた。経産婦は、育児にも慣れ離乳のことを含めて問題はないと思われがちであるが、母親の中には「私にとっては初めての乳離れを経験します。上の子は、ミルクで育ちました。断乳についてはなにも解りません。情報がほしいです。」と答えた人もいた。この時期は、経産婦への働きかけも重要となってくる。

平均14.08か月（調査2）になると児も歩き出し、仕事に復帰した人も生活のペースに慣れてくるため育児不安得点値も減少してくる。母乳を続けている人は、「子どもがお乳をほしがる間は、がんばってみます。」という前向きな答えもみられた。しかし、母親によっては離乳がスムーズに行われず、この時期に不安得点が非常に高い値を示す母親も見られた。そのような母親には、個別的な働きかけが必要になってくると思われる。また、育児不安と相談相手の有無の相関は-0.53と負の相関を示した。菅原は、「戦後の急激な社会変動の中で、自然発生的なりプロダクションに関連したコミュニティは確実に解体が進み、そのサポート機能を失ってきている」⁵⁾と述べている。コミュニティの自然発生が望めない今、育児期間を通じて母親を孤独にしないという働きかけはますます必要になってくると思われる。江口は、「トラブルのある時に助けてくれる専門家がいると非常にありがたいが、それにもまして一般の人の励ましや、情報がとても重要である」⁶⁾と述べている。ヨーロッパではラ・レーチエ・リーグなどの母親同士のサポートグループがその役割を果たしてきている。日本でも1980年代に入ってから、母乳育児サークルが結成されている。今後は地域に根付くこのようなサークルが、母親の心のサポートを大きく担うことになると思う。私たち専門家はこのようなサークルと連携を組み、情報の交換を行いながら母親を支援して行くことが必要である。

謝 辞

本調査にあたりご協力いただきました長崎市中央・北保健センターの皆様と渡辺鈴子先生に深く感謝申し上げます。

文 献

1. 庄司順一，谷口和加子：育児不安。保健の科学 40 (4)：289-292, 1998
2. 板間伊津美，山崎喜比呂，川田智恵子：育児ストレ

インの既定要因に関する研究。日本公衛誌46 (4)：250-261, 1999

3. 吉田弘道，山中龍宏，巷野悟郎，太田百合子，中村孝，山口規容子，牛島廣治：育児不安尺度の作成に関する研究－1歳半児の母親用試作モデルの検討。チャイルドヘルス 2 (2)：45-49, 1999.
4. 川上清文，内藤俊史，藤谷智子：対人関係：図説乳幼児発達心理学。37-47，同文書院，東京，1990.
5. 菅原ますみ：子育てをめぐる母親の心理：社会と家族の心理学。47-79，ミネルヴァ書房，京都，1999.
6. Gabrielle Palmer：The Politics of Breastfeeding／浜谷喜美子，池田真理，中村容子訳：母乳の政治経済学。293-296，技術と人間，1991.

資料. 質問紙

あてはまる番号に○をおつけ下さい。

	全くそうはい 思わない	い そ	く う	ら 思 う	時々そう思う	よくそう思う
[例] 子どもは自分に似ていると思う	①		2		3	4
1 子どもを育てるのが楽しいと思う	1		2		3	4
2 子どもの成長を楽しみに思う	1		2		3	4
3 子どもを産んでよかったと思う	1		2		3	4
4 子育てのことを相談できる人がいてよかったと思う	1		2		3	4
5 自分はうまく子どもを育てていないと思うことがある	1		2		3	4
6 自分は他の誰よりも自分の子どものことをわかっている	1		2		3	4
7 子どものことで誰にも相談できる相手がなくて困る	1		2		3	4
8 夫は家事に協力的である	1		2		3	4
9 母親として子どもに接している自分も好きである	1		2		3	4
10 夫と自分の二人で子どもを育てている感じがする	1		2		3	4
11 子どもができてから自分の仕事に困難を感じるがそれもよし	1		2		3	4
12 子育ては自分にとってやりがいのあることだと思う	1		2		3	4
13 子どもを育てる自信がないと思うことがある	1		2		3	4
14 子どもを育てていながら自分はこの子にとって重要な存在である	1		2		3	4
15 毎日生活していて心に張りを感じられない	1		2		3	4
16 疲れやストレスがたまってイライラする	1		2		3	4
17 子どもは私と一緒にいるのを楽しんでいると思う	1		2		3	4
18 ゆったりとした気分で子どもと過ごせない気がする	1		2		3	4
19 子どもを育てていて自分だけが苦勞していると思う	1		2		3	4
20 子どもを宝物のように大切に思える	1		2		3	4
21 子どもを育てていてどうしたらいいかわからなくなることがある	1		2		3	4
22 子どもと一緒にいるとゆったりとした気分になる	1		2		3	4
23 何か心が満たされず空虚である	1		2		3	4
24 夫はよく相談相手になってくれると思う	1		2		3	4
25 自分の子どもの育て方はこれでいいのだろうかと思うことがある	1		2		3	4
26 何でも打ち明けて相談できる人がいてよかったと思う	1		2		3	4
27 自分は子どものことをわかっているのではないかと思う	1		2		3	4
28 夫といろいろなことを話す時間がある	1		2		3	4
29 子育てを離れて一人になりたい気持ちになることがある	1		2		3	4
30 一人で子どもを育てている感じがして落ち込む	1		2		3	4
31 夫は子どもの相手をよくしてくれる	1		2		3	4
32 体の疲れがとれずいつも疲れている感じがする	1		2		3	4
33 子どもをたたいたりしかったりしたときにくよくよ考える	1		2		3	4
34 だれも自分の子育ての大変さをわかってくれないと思う	1		2		3	4
35 子どものことで誰に相談したらいいかわからなくて困る	1		2		3	4
36 夫は自分のことを理解してくれていると思う	1		2		3	4
37 育児や家事など何もしたくない気持ちになることがある	1		2		3	4
38 家内うちの重要なことを決定するのに夫がいてくれてよかった	1		2		3	4
39 育てやすい子どもであると思う	1		2		3	4
40 機嫌のよいことが多い子どもだと思う	1		2		3	4
41 子どもの発育発達はおおむね順調である	1		2		3	4

※ ご記入ありがとうございました